

КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД В ЛЕЧЕНИИ ОСТЕОХОНДРОЗА ПОЗВОНОЧНИКА В САНАТОРНО- КУРОРТНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Каминская Е.Н.¹, Липский М.Г.¹, Акулин И.М.², Бигунец В.Д.^{2,3}

¹ Кафедра медицинской реабилитации и спортивной медицины с курсом повышения квалификации и переподготовки УО «Белорусский Государственный Медицинский Университет», г. Минск, Республика Беларусь;

² Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Российская Федерация;

³ ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова» Министерства здравоохранения Российской Федерации, Санкт-Петербург, Российская Федерация.

Аннотация. *В статье рассматриваются наиболее распространённые и эффективные методы восстановительного лечения остеохондроза позвоночника в условиях санаторно-курортных организаций Республики Беларусь. В настоящее время санаторная сеть республики включает 187 оздоровительных и 100 санаторно-курортных организаций, которые предоставляют лечебно-оздоровительные услуги более, чем 1,4 млн человек в год. Значительная доля указанных услуг направлена на профилактику заболеваний и восстановление функционирования костно-мышечной системы при различной патологии, в т.ч. при остеохондрозе позвоночника. Приведены ведущие нормативные правовые акты, регулирующие деятельность санаторно-курортной службы в Республике в настоящее время.*

Ключевые слова: *восстановительная медицина, физиотерапия, остеохондроз позвоночника.*

AN INTEGRATED APPROACH TO THE TREATMENT OF SPINAL OSTEOCHONDROSIS IN SANATORIUM-RESORT ORGANIZATIONS OF THE REPUBLIC OF BELARUS

Kaminskaya E.N.¹, Lipsky M.G.¹, Akulin I.M.², Bigunets V.D.^{2,3}

¹ Department of medical rehabilitation and sports medicine with advanced training and retraining courses, Belarusian State Medical University, Minsk, Republic of Belarus.

² St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russian Federation.

³ Almazov National Medical Research Centre, St. Petersburg, Russian Federation.

Annotation. *The article discusses the most common and effective methods of restorative treatment of the osteochondrosis in the conditions of sanatorium and resort organizations of the Republic of Belarus. Currently, the republic's sanatorium network includes 187 health-improving and 100 sanatorium-resort organizations that provide health-improving services to more than 1.4 million people a year. A significant share of these services is aimed at preventing diseases and restoring the functioning of the musculoskeletal system in various pathologies, including osteochondrosis. The leading normative legal acts regulating the activities of sanatorium and resort organizations in the Republic at the present time are given.*

Keywords: *restorative medicine, physiotherapy, osteochondrosis.*

Введение. Остеохондроз позвоночника – одна из лидирующих нозологий в структуре заболеваний опорно-двигательного аппарата взрослого населения, которая остается значительной проблемой для здравоохранения как в Республике Беларусь, так и в мире в настоящее время. В связи с поражением людей в трудоспособном возрасте и распространённостью данной патологии не теряет своей актуальности проблема поиска наиболее эффективных методов профилактики, лечения и реабилитации.

Такие факторы, как длительное нахождение в неподвижном положении, постоянные физические нагрузки, плохое питание, травматизация способствуют активному распространению патологии костно-мышечной системы среди взрослого населения, особенно в годы наибольшей активности.

Остеохондроз позвоночника мультифакторное заболевание, характеризующееся дегенеративно-дистрофическим поражением позвоночных двигательных сегментов и проявляющееся полиморфными неврологическими синдромами. Это хронически рецидивирующее заболевание, выступает одной из самых частых причин временной нетрудоспособности.

В основе патогенеза неврологических синдромов лежат два патофизиологических механизма: рефлекторный и компрессионный, в связи с чем, комплексное лечение, направленное на выключение данных механизмов в большинстве случаев наиболее эффективно.

Преимущество лечения остеохондроза позвоночника в санаторно-курортных организациях.

Опасность остеохондроза связана с тем, что не всегда его клинические проявления коррелируют со степенью дегенеративно-дистрофических изменений тканей и люди не обращаются за медицинской помощью своевременно, что определяет преимущество санаторно-курортного лечения и оздоровления:

- возможность назначения комплекса лечебных мероприятий, направленных на профилактику остеохондроза позвоночника и укрепление опорно-двигательного аппарата в любом возрасте;

- пациентам с установленным диагнозом и после проведенного лечения амбулаторно или в стационаре, санаторно-курортные организации предоставляют возможность пройти процедуры, закрепляющие результаты лечения с целью достижения устойчивой ремиссии и возвращения к полноценной трудовой деятельности;

- уникальное сочетание природных и преформированных (получаемых искусственно) факторов в каждом отдельном случае позволяет воздействовать на разные этапы патологического процесса и восстанавливать нормальную реактивность организма.

Санаторно-курортное лечение наиболее физиологично и позволяет минимизировать или полностью исключить приём лекарственных препаратов при многих хронических заболеваниях, в т.ч. при неврологических проявлениях остеохондроза позвоночника.

Положительное воздействие и эффективность проводимых процедур и оздоровительных мероприятий определяется правильной организацией внутри санаторного режима, который зависит от профиля санатория и его специализации.

Санаторно-курортное лечение и оздоровление в Республике Беларусь организовывается в соответствии со следующими нормативными правовыми актами:

1. Закон Республики Беларусь от 18.06.1993 года (ред. от 25.10.2023) № 2435-ХІІ «О здравоохранении»;

2. Указ Президента Республики Беларусь от 28.08.2006 года № 542 «О санаторно-курортном лечении и оздоровлении населения»;

3. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 15.07.2024 года № 509 «Об организации оздоровления детей в образовательно-оздоровительных центрах, воспитательно-оздоровительных и спортивно-оздоровительных лагерях»;

4. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 04.11.2006 года № 1478 «Об утверждении Концепции санаторно-курортного лечения и оздоровления населения Республики Беларусь и признании утратившими силу некоторых постановлений Совета Министров Республики Беларусь»;

5. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 01.11.2006 года № 1450 «О государственной аттестации санаторно-курортных и оздоровительных организаций»;

6. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 17.09.1997 года № 1225 «Об образовании Республиканского центра по оздоровлению и санаторно-курортному лечению населения»;

7. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 26.08.2002 года № 1155 «О некоторых вопросах оздоровления и санаторно-курортного лечения населения».

В санаторно-курортных и оздоровительных организациях Республики Беларусь представлены наиболее эффективные и распространенные методы профилактики и восстановительного лечения заболеваний костно-мышечной системы, включая физиотерапевтические процедуры, лечебную физкультуру, массаж, тракционное лечение, рефлексотерапию, бальнео- и теплолечение, психотерапию, диетотерапию и некоторые методы нетрадиционного лечения.

Один из основных методов восстановительного лечения при вертеброгенной патологии – физиотерапия. Лечебные физические факторы обладают выраженным саногенетическим действием и повышают сопротивляемость организма. Рациональное сочетание физиотерапии и других методов способствует повышению эффективности лечения и развитию стойкой ремиссии при хронической патологии опорно-двигательного аппарата.

Основные эффекты физиотерапии при остеохондрозе позвоночника:

- улучшение кровообращения в поражённой области;
- миорелаксация;
- противовоспалительный эффект;
- купирование болевого синдрома;
- восстановление двигательных функций.

Наиболее часто при остеохондрозе позвоночника применяют следующие физиопроцедуры: электролечение (постоянный, импульс-

ный и переменный ток), ультразвук в сочетании с лекарственными препаратами – ультрафонофорез, магнитотерапия, лазеротерапия и ударно-волновая терапия.

Комплексный подход при назначении лечения остеохондроза позвоночника в условиях санатория реализуется с включением лечебной физкультуры, массажа, бальнеопроцедур, теплолечения и некоторых других методов.

Лечебная физкультура (ЛФК) – совокупность методов профилактики и лечения, основанных на использовании специально разработанных и индивидуально подобранных физических упражнений.

Занятия в условиях санаториев проводятся как в группах, так и индивидуально; в специально оборудованном зале или в бассейне. Использование тренажёров во время занятий позволяет повысить лечебную эффективность физических нагрузок.

Основные эффекты ЛФК при остеохондрозе позвоночника:

- укрепление мышц спины;
- расслабление спазмированных и стимуляция расслабленных мышц;
- развитие гибкости позвоночника;
- формирование правильной осанки и оптимального стереотипа движений;
- улучшение общей физической формы.

Разнообразные физические упражнения в условиях санаториев способствует не только восстановлению полноценного функционирования опорно-двигательного аппарата, но и психологической разгрузке оздоравливающихся.

Массаж представляет собой комплекс приёмов механического воздействия на организм человека с целью профилактики, лечения и реабилитации после перенесённых заболеваний. При остеохондрозе позвоночника массаж является одной из обязательных процедур в лечебно-оздоровительном комплексе процедур.

Эффекты массажа включают:

- улучшение кровоснабжения и иннервации всей области позвоночника;
- устранение мышечного напряжения;
- укрепление мышечного корсета;

- улучшение эластичности связок и сухожилий;
- повышение общего тонуса организма и физической работоспособности.

В санаторно-курортных организациях Беларуси представлены разные виды массажа, что позволяет подобрать процедуру индивидуально в зависимости от показаний и желания оздоравливающегося.

Вытяжение (тракция) позвоночника – процедура, направленная на возвращение межпозвоночных дисков в анатомически правильное положение, что приводит к декомпрессии нервных корешков и устранению болевого синдрома. Большинство санаториев республики имеет необходимое оборудование для проведения различных видов вытяжения. Целесообразно применение сухого либо подводного вытяжения при рефлекторных нарушениях на стадии стихающего обострения. Тракционное лечение позвоночника проводится строго по показаниям.

Рефлексотерапия - совокупность диагностических и лечебных методик, в основе которых лежит воздействие на акупунктурные точки тела человека.

Применение данного метода в лечении остеохондроза позвоночника позволяет:

- активизировать восстановительные процессы в тканях, улучшить трофику;
- купировать болевой синдром;
- снизить общее нервно-мышечное напряжение.

При лечении остеохондроза воздействуют на акупунктурные точки в пораженной области и точки общего действия.

Широко распространено применение бальнео- и теплотечения при заболеваниях опорно-двигательного аппарата в условиях санаторных и оздоровительных организаций республики. Различные виды ванн, сапропелевые и сакские грязи, парафино-озокеритовые аппликации, фитоаппликации, аппаратная термотерапия, сауны и фитобочки. Перечисленные процедуры оказывают положительное воздействие на метаболические и вазомоторные процессы и активно назначаются по показаниям при заболеваниях костно-мышечной системы, в т.ч. при остеохондрозе позвоночника.

Психотерапия предполагает выработку у оздоравливающихся активных установок на трудовую и общественную деятельность,

мотивацию к регулярному повторению комплексов упражнений самостоятельно.

Заключение. Применение комплексного и многоуровневого подхода в профилактике и лечении остеохондроза позвоночника в санаторно-курортных организациях Республики Беларусь, позволяет устранить клинические проявления заболевания, неврологические осложнения и достичь стойкой ремиссии. В долгосрочной перспективе это позволяет снизить затраты по временной нетрудоспособности и значительно улучшить качество жизни населения. Своевременное правовое регулирование и актуализация основных нормативных документов позволяет гарантировать защиту прав пациентов и минимизировать риски, повысить эффективность оздоровления в санаторно-курортных организациях с развитием персонализированного подхода в медицине.

Список литературы

1. Закон Республики Беларусь от 18.06.1993 года (ред. от 25.10.2023) № 2435-ХІІ «О здравоохранении».
2. Избранные вопросы медицинской реабилитации. / под общ. ред. доктора медицинских наук, профессора С.Г. Щербака. – СПб.: «Издательство «Корона-Век», 2016. – 192 с.
3. Использование комплексного консервативного метода для лечения остеохондроза поясничного отдела позвоночника / Т.Ж. Султанбаев, О.Ю. Рыжкова, Б.Ж. Рахимбеков [и др.]. // Ежемесячный научно-практический медицинский журнал. – 2011. – № 4. – С.41-42.
4. Использование средств физической реабилитации при шейном остеохондрозе в условиях санатория / Н.Н. Викулова, Е.Ю. Шишко, А.О. Сухомлинов // Научный вестник Крыма. – 2020. – № 4(27). – С. 1-6.
5. Медицина и право в XXI веке: XV ежегодная научно-практическая Конференция с международным участием «Медицина и право в XXI веке», 22-23 декабря 2023 года. Сборник трудов – СПб.: Центр современной литературы и книги на Васильевском. – Санкт-Петербург, 2024. – 256 с.
6. Медицинская реабилитация / под ред. В.А. Епифанова, Е.Е. Ачкасова, А.В. Епифанова. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 672 с.
7. Медицинская реабилитация : учебник / под ред. В.А. Епифанова, А.Н. Разумова, А.В. Епифанова. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2023. – 688 с.
8. Медицинская реабилитация : учебное пособие / В.Я. Латышева, В.Б. Смычек, Н.В. Галиновская, А.С. Барбарович. – Минск: Вышэйшая школа, 2020. – 351 с.

9. Особенности комплексного лечения остеохондроза поясничного отдела позвоночника / П.М. Гиоев, А.Т. Худяев // Гений ортопедии. – 2009. – № 3. – С. 107-111.

10. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 01.11.2006 года № 1450 «О государственной аттестации санаторно-курортных и оздоровительных организаций».

11. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 04.11.2006 года № 1478 «Об утверждении Концепции санаторно-курортного лечения и оздоровления населения Республики Беларусь и признаках утратившими силу некоторых постановлений Совета Министров Республики Беларусь».

12. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 15.07.2024 года № 509 «Об организации оздоровления детей в образовательно-оздоровительных центрах, воспитательно-оздоровительных и спортивно-оздоровительных лагерях».

13. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 17.09.1997 года № 1225 «Об образовании Республиканского центра по оздоровлению и санаторно-курортному лечению населения».

14. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 26.08.2002 года № 1155 «О некоторых вопросах оздоровления и санаторно-курортного лечения населения».

15. Реабилитация и экспертиза в Республике Беларусь: современное состояние и перспективы // Физическая и реабилитационная медицина. – 2019. – Т.1, № 3, с.5-13.

16. Рефлексотерапия как метод выбора для амбулаторного лечения рефлекторных проявлений остеохондроза поясничного отдела позвоночника / С.А. Миронов, П.А. Денисёнок // Бюллетень медицинских Интернет-конференций. – 2016. – Т. 6. – № 10. – С. 1547.

17. Традиционные и современные технологии теплолечения и бальнеотерапии в комплексном восстановительном лечении пациентов с остеохондрозом позвоночника / В.Н. Шпаковский, Ю.В. Бобрик, В.А. Пономарёв // Крымский журнал экспериментальной и клинической медицины. – 2017. – Т. 7. – № 1. – С. 95-103.

18. Указ Президента Республики Беларусь от 28.08.2006 года № 542 «О санаторно-курортном лечении и оздоровлении населения».



Санкт-Петербургский государственный университет
Ассоциация медицинского права Санкт-Петербурга
Межрегиональное отделение
Общероссийской общественной организации
«Ассоциация юристов России» по Санкт-Петербургу
и Ленинградской области

**XVI ежегодная научно-практическая конференция
«Медицина и право в XXI веке»**

21-22 декабря 2024 года

Сборник трудов



*Генеральный партнёр –
Группа компаний «Мой медицинский центр»*



Центр современной литературы и книги на Васильевском
Санкт-Петербург
2025